Viernes 30 de mayo del 2025 | Año 40 | Nº 14.918
Director (i): Carlos Salinas Guerrero

# el Popular

www.elpopular.pe
S/ 1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VÍA AÉREA: S/1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25




## COLECTIVERO FUE ATACADO POR SICARIOS DENTRO DE SU VEHÍCULO EN SJ DE LURIGANCHO

Progenitor resultó ileso e intentó llevarlo al hospital, pero muchacho murió en el acto. Extorsionadores dejaron mensaje a conductores para que "se pongan al día" en cupos o pueden correr la misma suerte. PÁGINA 2

JEAN PIERRE NAJARRO GONZALES (VÍCTIMA)

# MUERE ACRIBILLADO EN BRAZOS DE SU PAPÁ

## ¡GRANDE CIENCIANO!

Papá empató 1-1 con Mineiro y pasó a octavos de Sudamericana. PÁG. 11

## OTRO REGALO

León XIV recibió muñeco de un papa con sotana de rojo y blanco. PÁG. 4

# Asesinan a colectivero ante su padre

JOVEN FUE ACRIBILLADO POR EXTORSIONADORES EN SAN JUAN DE LURIGANCHO

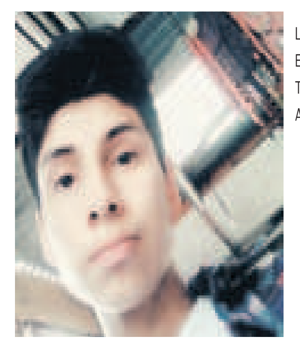
FOTOS: CAPTURAS DE TV

LA UNIDAD EN LA QUE TRABAJABA LA VÍCTIMA Y QUE TAMBIÉN FUE SU TUMBA POR MANO DE LA DELINCUENCIA, EN SAN JUAN DE LURIGANCHO.

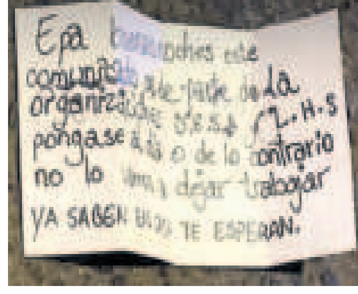
✚ Progenitor llevó a su hijo al hospital, a donde llegó sin vida.

✚ Delincuentes dejaron mensaje amenazante que estaría dirigido a colegas de víctima.

*Ivett Meza / Carlos Lara*



LA VÍCTIMA EN VIDA, SOLO TENÍA 25 AÑOS.




LA AMENAZA DE LOS DELINCUENTES A LOS COLECTIVEROS.

Un padre de familia presenció el horrendo asesinato de su hijo, un joven de 25 años que se ganaba la vida como colectivero y que fue acribillado por extorsionadores.

El crimen sucedió la madrugada de ayer, cuando Jean Pierre Najarro Gonzales regresaba a casa junto con su padre en la av. Wiesse, en San Juan de Lurigancho. En ese momento dos sujetos en motocicleta interceptaron la miniván en la que se movilizaban. Los delincuentes abrieron fuego y huyeron rápidamente.

En medio de la desesperación, el padre trasladó a su hijo al Hospital Nacional San Juan de Lurigancho (Canto Grande), a donde llegó sin vida.

El progenitor, quien tenía el cuerpo ensangrentado, fue atendido por los médicos y se descartó que tenga cualquier tipo de lesión.

## DEJARON MENSAJE

Tras el ataque criminal, los sicarios dejaron un mensaje amenazante que estaría dirigido a los colectiveros de San Juan de Lurigancho. "Este comunicado es de parte de las organizaciones D.E.S.A (conocida como los Antitren), y L.H.S. Póngase al día o de lo contrario no lo vamos a dejar trabajar. Ya saben, en casa te esperan", se lee en el escrito.

De acuerdo a la Policía, esta organización se formó tras el asesinato de "Maldito Cris" y, en lo que va del año, estaría vinculada a más de 150 casos debido a su violento accionar en la capital.

Se supo que Jean Pierre Najarro trabajaba como colectivero desde hace ocho años, cubriendo diariamente la ruta entre el portón de Jicamarca y el paradero diez de Canto Grande.

La enamorada de Jean Pierre declaró que su pareja nunca había recibido amenazas ni había sido víctima de extorsiones, por lo que el caso es materia de investigación.

### ATACÓ A MACHETAZOS A COMERCIANTES

# Atrapan a "Rocoto"

FOTO: CAPTURA DE VIDEO




SUJETO SERÍA EXTORSIONADOR.

Después de un minucioso seguimiento por parte de la Policía, fue capturado "Rocoto", delincuente acusado de atacar a machetazos a comerciantes del emporio comercial de Mesa Redonda, en el Cercado de Lima.

Se presume que se trataría de un extorsionador que operaba en la zona, junto con sus cómplices. En su posesión se halló un vehículo con el que se transportaba por las diversas avenidas de la zona y que habría sido robado.

Este individuo destruía los puestos de venta de comerciantes que se negaban a pagarle cupos y luego huía junto con sus cómplices.

El caso continúa en investigación y se espera que en los próximos días "Rocoto" sea procesado y encarcelado. (José Ancajima)

### DETONAN EXPLOSIVO EN SUPERMERCADO

# Otro ataque en SMP

FOTO: CAPTURA TV



SUPERMERCADO VEGA SUFRE OTRO ATENTADO EN MENOS DE 24 HORAS.

Un nuevo atentado ocurrió ayer en San Martín de Porres, en menos de 24 horas. La detonación afectó una puerta de metal que quedó destruida, al costado del mercado San Diego. La tienda afectada pertenece a la cadena Vega, supermercado mayorista que el último miércoles también sufrió otro ataque con un artefacto explosivo en su almacén principal, en la zona de Chacra Cerro en Comas.

La onda expansiva causó daños materiales en los negocios cercanos.

el Popular
Viernes 30 de mayo del 2025
Año 40 | Nº 14.918
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

FUE INTERVENIDO EN FLAGRANCIA CON PARTE DEL SOBORNO

# Detienen a fiscal por pedir una coima de 500 soles

✚ Dádiva habría sido para favorecer en investigaciones a denunciante.

*Wilder Pari*

FOTOS: WILDER PARI / LA REPÚBLICA



CARI APAZA FUE INTERVENIDO EN SU DESPACHO DE LA FISCALÍA PROVINCIAL.

**AREQUIPA.** Un fiscal fue detenido en flagrancia por solicitar una coima de 500 soles a un denunciante. El funcionario del Ministerio Público fue intervenido en su propio despacho con parte de la dádiva.

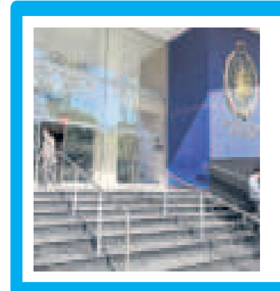
El detenido es Wilson Cari Apaza, fiscal adjunto de la Fiscalía Provincial Corporativa de Arequipa. Su intervención ocurrió ayer en su oficina de la sede, en la av. La Paz (Cercado).

Según fuentes de la Policía Anticorrupción, el fiscal habría solicitado el soborno a un denunciante para favorecerlo en la investigación. Ante ello, el ciudadano denunció el hecho un día anterior a las autoridades y se montó el operativo, en el que cayó el fiscal con parte del dinero exigido: 200 soles.

Previamente, agentes de la Policía fotocopiaron los billetes y le colocaron reactivos. Dicho material servirá como prueba durante la investigación.

El Ministerio Público emitió un comunicado señalando que las investigaciones estarán a cargo de la Fiscalía Superior de Corrupción de Funcionarios de Arequipa, por el presunto delito de cohecho pasivo específico.

En paralelo a la acción penal, el Ministerio Público informó que se remitirá sobre la inconducta funcional a la Autoridad Nacional de Control de la entidad, para que realice las investigaciones y sanciones según sus atribuciones.



## Lo sancionarían

La Presidencia de la Junta de Fiscales Superiores de Arequipa informó que de determinar la responsabilidad, Cari Apaza será sancionado de manera drástica.

TRAS ATROPELLAR A PEATÓN EN CHORRILLOS

# Atrapan a motociclista

INTENTÓ DARSE A LA FUGA.

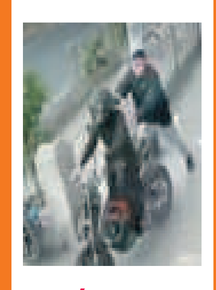
Un motociclista que atropelló a un peatón y se dio a la fuga, fue detenido por el Serenazgo de Chorrillos, tras una intensa persecución que abarcó más de 20 cuadras.

El incidente ocurrió en la avenida Principal en San Genaro.

Jean Paul Hubert cruzaba la vía en dirección al mercado local cuando fue embestido por la moto 2614-VB. Pese a la gravedad del accidente, el motociclista Ángelo Ferrer Pérez de 25 años, optó por huir del lugar, lo que desencadenó una respuesta de las autoridades locales.

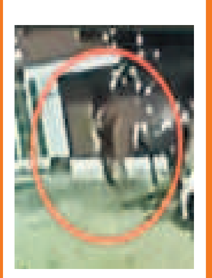
Gracias a las cámaras de videovigilancia, se logró seguir su trayectoria hasta su captura. (Luis Aguilar)

## EN CORTO



### LADRÓN DE CELULAR SERÍA LIBERADO

Un joven identificado como Bryan capturó a un delincuente que a bordo de una motocicleta le había arrebatado su celular en plena vía pública en San Juan de Lurigancho. El ladrón fue detenido, pero increíblemente sería liberado, pese a tener varias denuncias. "Dicen que no hay pruebas suficientes y que solo le darían trabajo comunitario", refirió indignado el muchacho.

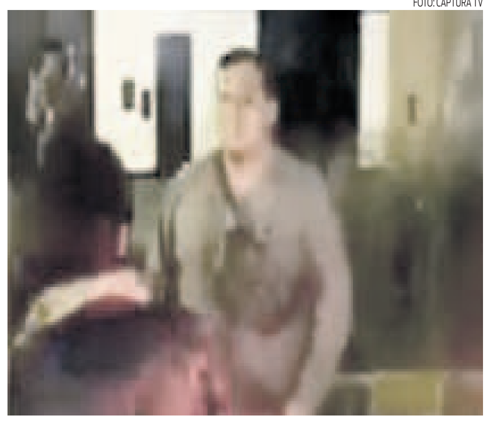


### CASA DE COMERCIANTE ES ATACADA

Delincuentes detonaron un explosivo en el frontis de la casa de un comerciante del mercado de Unicachi en Puente Piedra. El atentado ocurrió la noche del último miércoles. La onda expansiva afectó a las viviendas cercanas.

Se supo que en los últimos meses los comerciantes del mercado de Unicachi vienen siendo víctimas de amenazas de extorsión.

FOTO: CAPTURA TV



INCIDENTE PUDO ACABAR EN TRAGEDIA.

MANEJABA CON PLACA TAPADA Y DISPARÓ AL AIRE

# Sujeto amenaza con arma de fuego a chofer

Una pelea casi termina en tragedia en Chorrillos. Un sujeto amenazó con un arma de fuego a un chofer de bus que le reclamó tras ser impactado. El sujeto, que conducía un auto con la placa tapada, realizó un disparo al aire en plena vía pública.

El incidente ocurrió en la Alameda Sur cerca del cruce con Alameda San Marcos, en dicho distrito. El conductor de transporte público estaba terminando sus labores cerca al terminal de buses de la Empresa de Transportes Urbano Línea 4 S.A. (ETUL4SA).

De pronto, en su recorrido, se cruzó con un vehículo negro que era manejado por un hombre que aparentemente le habría cerrado el paso. Debido a su temeraria forma de manejar ocurrió el accidente, por lo que el chofer del bus alcanzó al conductor que lo impactó para increparle por lo sucedido y exigirle que asuma los gastos por los daños generados.

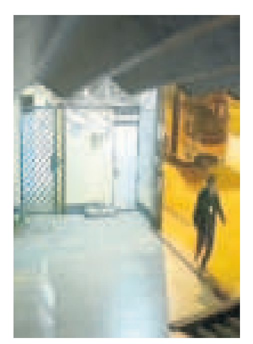
El infractor se puso agresivo y sacó una pistola realizando un disparo al aire. Todo fue registrado por la cámara del celular del afectado.

EMPRESA DE TRANSPORTE ES EXTORSIONADA

# Lanzan explosivo a bus

Un artefacto explosivo fue arrojado la madrugada de ayer contra un bus de transporte público de la empresa Santa Anita, mientras se preparaba para iniciar su ruta desde la cochera central, ubicada en la av. Andrés Avelino Cáceres en Jicamarca.

Dos sujetos en motocicleta llegaron a las 4:25 a.m. y lanzaron el explosivo en la parte trasera del vehículo. Afortunadamente, no hubo heridos. El chofer y el cobrador ya estaban dentro del bus, pero aún no recogían pasajeros.



NO HUBO HERIDOS.

La empresa denunció que hace tiempo es extorsionada, pero ahora otra banda delictiva les exige también el pago de cupos.

PAPA LEÓN XIV SIGUE SIENDO DESTINATARIO DEL CARIÑO DE FIELES EN ITALIA

# Recibió muñeco de rojo y blanco

✚ Un compatriota le lanzó pequeño maniquí vestido de papa y Su Santidad lo agarró en el aire sonriendo.

FOTOS: REDES



COMPATRIOTA EN ROMA LE ENTREGÓ EL MUÑECO VESTIDO DE PAPA.

**VATICANO.** El papa León XIV atrapó un pequeño muñeco que un fiel lanzó mientras saludaba a la multitud reunida en la plaza de San Pedro, durante su segunda audiencia general en El Vaticano. El muñeco, con los colores rojo y blanco, salió desde uno de los sectores más cercanos al papamóvil.

El pontífice sorprendió tras reaccionar con mucha rapidez, atrapándolo en el aire con una sonrisa y luego se lo entregó a uno de sus asistentes.

Incluso, el propio Vaticano captó imágenes del devoto peruano que llevó el muñeco a la plaza, y confirmó que estaba vestido con el traje papal.

En el video completo difundido por Vatican News, se observa además que entre la multitud destacaban numerosas banderas del Perú, país donde León XIV adquirió la nacionalidad.

La audiencia reunió a fieles de todo el mundo. La catequesis del papa se centró en la parábola del buen samaritano, y llamó a vivir la compasión como un acto humano antes que religioso, así como a convertirse en prójimos activos frente al sufrimiento ajeno.

Durante el evento, León XIV también saludó en español a grupos provenientes de España, México, Argentina, República Dominicana, Puerto Rico, Colombia, Guatemala y Chile.

"Los animo a contemplar con esperanza todas las veces que Jesús se detuvo ante nosotros cuando nos encontrábamos caídos al borde del camino, pidiéndole que nos dé entrañas de misericordia para tener la misma compasión con los demás que Él tuvo con nosotros. Muchas gracias", expresó el papa.

### Reza por Gaza

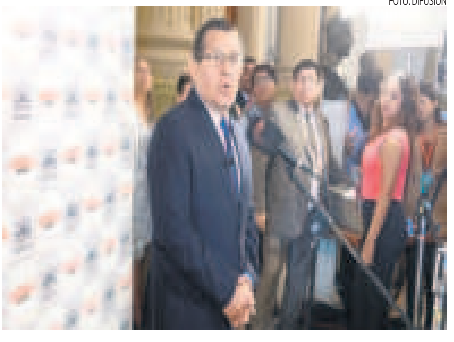
León XIV condenó el sufrimiento en Gaza, "donde madres y padres lloran a sus hijos fallecidos", y renovó su llamado al alto el fuego. Lamentó el desplazamiento de civiles en busca de seguridad y pidió a los responsables detener la violencia, liberar a los rehenes y respetar el derecho humanitario.

**PERÚ SIEMPRE PRESENTE**

Desde que fue elegido como sucesor de Francisco, Robert Prevost mostró un especial afecto y gestos significativos hacia el Perú, país que le otorgó la nacionalidad en agosto de 2015, tras residir al menos dos años en el país y aprobar un examen de educación cívica.

En su primera aparición al mundo, dedicó unas palabras en español para recordar a su "querida" diócesis de Chiclayo, donde fue obispo entre 2015 y 2023. (O.L.)

FOTO: DIFUSIÓN



ARCHIVO DE DENUNCIA CONTRA BOLUARTE NO IMPLICA SU INOCENCIA.

EN CUANTO A DENUNCIAS CONSTITUCIONALES

## Salhuana dice no es cierto blindaje a Dina

El presidente del Congreso, Eduardo Salhuana (APP), se refirió a la situación de las denuncias constitucionales contra la presidenta Dina Boluarte, enfatizando que no existe un pronunciamiento desde el Parlamento sobre una supuesta inocencia de la mandataria en el caso Rolex.

"No hay ninguna declaratoria de inocencia. No hay archivamiento. Por consiguiente, en el momento que la presidenta deje ese cargo, en julio del 26, las denuncias se activarán y se realizarán las investigaciones correspondientes", expresó Salhuana.

Recordemos que se archivó la denuncia constitucional contra Boluarte por el caso Rolex, el pasado 23 de mayo. (O.L.)

EN LIMA Y CUATRO REGIONES DEL INTERIOR

## Prorrogan emergencia

FOTO: DIFUSIÓN



LAS FUERTES PRECIPITACIONES SIGUEN GOLPEANDO AL PAÍS.

El Gobierno oficializó la prórroga del estado de emergencia en Lima y otras cuatro regiones del país, debido a las intensas lluvias y precipitaciones.

La medida tendrá una duración de 30 días calendario y comenzará a regir a partir del próximo miércoles 4 de junio.

Se trata de siete provincias de las regiones Áncash, Ayacucho, Cusco, Lima y Ucayali.

La prórroga del estado de emergencia tiene la finalidad de "continuar con la ejecución de medidas y acciones de excepción, inmediatas y necesarias, de respuesta y rehabilitación que correspondan".

De acuerdo con la norma, la prórroga del estado de emergencia se financia "con cargo al presupuesto institucional de los pliegos involucrados". (O.L.)

FOTO: CARLOS FÉLIX / LA REPÚBLICA



DIJO QUE SOLO HIZO UN COMENTARIO DE CORTESÍA A LA MANDATARIA.

CANCILLER SOBRE VIAJE DE BOLUARTE A EE.UU.

## Niega invitación formal

El canciller Elmer Schialer admitió que el vicepresidente de Estados Unidos, JD Vance, solo hizo un comentario de cortesía a la presidenta Dina Boluarte durante la misa del inicio de pontificado de León XIV, y agregó que aún no existe una invitación formal para que visite Washington.

"El vicepresidente le dijo específicamente '¿por qué no nos visita?'. A mí eso me suena a invitación, no sé a ustedes, sobre todo de un vicepresidente a una jefa de Estado", afirmó.

Además, indicó que ahora corresponde al Departamento de Estado de EE.UU. y al Ministerio de Relaciones Exteriores peruano "elaborar, estructurar y formalizar" esta posible visita. "En eso estamos", acotó Schialer.

OTORGAN PLAZO DE 126 DÍAS A AEROLÍNEAS PARA QUE INCLUYAN TARIFA EN PASAJES

# Cobro de TUUA en nuevo aeropuerto será en octubre

✚ Nuevo terminal aéreo iniciará sus operaciones el 1 de junio.



COBRO DE LA TARIFA UNIFICADA DEBÍA EMPEZAR ESTE DOMINGO.

El cobro de la Tarifa Unificada por Uso de Aeropuerto (TUUA) se iniciará 126 días después del inicio de operaciones del nuevo aeropuerto Jorge Chávez.

El gerente de planeamiento financiero de Lima Airport Partners (LAP), Juan Marcos Venegas, dijo que el cobro de la TUUA debería iniciar el 1 de junio. Sin embargo, efectuarán un descuento del 100% en dicho periodo para que las aerolíneas se adecúen. De esta manera, la TUU (7.07 dólares para vuelos nacionales y 11.32 dólares para vuelos internacionales) será desde el 5 de octubre.



## MTC revisará la TUUA

El viceministro de Transportes y Comunicaciones, Ismael Sutta, refirió que junto con el Ositrán revisarán la TUUA para buscar una salida rápida que no afecte a los usuarios.

Venegas remarcó que dicho plazo es para que se hagan los arreglos para que el costo de los pasajes incluya la tarifa. Explicó que este es un cobro que se le hace a aquel pasajero que usa el aeropuerto de Lima como "medio de conexión entre dos puntos", sea dentro o fuera del país, y no es aplicable para los viajeros que se quedan en la capital.

## EN CORTO

### LIMA REGISTRÓ LA NOCHE MÁS FRÍA DE OTOÑO

El último miércoles, Lima registró la noche más fría de la temporada de otoño con 12,8°, según información del Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi).

En los próximos días, a poco del inicio del invierno, las temperaturas podrían descender aún más en la capital.

El Senamhi indicó que los distritos de San Miguel, Miraflores, San Isidro y el Callao reportarán la mayor sensación de frío.

Se recomienda a la población abrigarse.

LOS CHOSICANOS Y ANCONEROS

# Cústeres hacen piques ilegales en Javier Prado



UNOS 80 VEHÍCULOS FUERON INTERVENIDOS.

Aproximadamente unas 150 cústeres de diversas empresas de transportes, entre ellas unidades Chosicanos y Anconeros, realizaron piques ilegales la madrugada de ayer en la prolongación Javier Prado en Ate, en el frontis del estadio Monumental.

Los vehículos realizaban maniobras temerarias a alta velocidad. En el lugar había numerosas personas, entre ellos, niños. El evento fue convocado de manera clandestina a través de las redes sociales. El Serenazgo y la Policía desalojaron a los vehículos e intervinieron a 80 unidades. No se descarta la imposición de sanciones económicas y retiro de licencias de circulación.



PEATÓN SE SALVÓ DE SER APLASTADO

# Colapsa muro de INS

PARED PRESENTABA DETERIORO.

El muro del Instituto Nacional de Salud (INS), ubicado en Chorrillos, colapsó la noche del último miércoles y afortunadamente no se reportaron heridos.

El incidente fue registrado por las cámaras de seguridad de la zona. Un peatón que paseaba por el lugar estuvo a segundos de ser impactado, y un vehículo estacionado se salvó por escasos centímetros.

Se supo que el derrumbe de la pared se debe a una combinación de humedad, filtraciones y carencia de zapatas estructurales en las columnas.

Se supo que desde hace seis años los vecinos de de la urb. Las Viñas alertaron por el mal estado del muro, pero nadie les hizo caso.

FISCALÍA SENTENCIÓ A 20 AÑOS DE CÁRCEL A EX JEFE DE LA AUC

# “Macaco” participó en casi 150 asesinatos en Colombia

✚ Durante el juicio, Jiménez Naranjo admitió su participación en crímenes.

**BUCARAMANGA.** La Fiscalía General de la Nación informó que el ex jefe del Bloque Central Bolívar de las extintas Autodefensas Unidas de Colombia (AUC), Carlos Mario Jiménez Naranjo, “Macaco”, fue condenado a 20 años de prisión y al pago de una multa equivalente a 25 mil salarios mínimos legales mensuales vigentes.

Autoridades informaron que la sentencia en contra de “Macaco” se dio tras admitir su participación en 141 hechos criminales y someterse a sentencia anticipada.

El ente acusador precisó que un juez penal especializado de Bucaramanga (Santander) lo declaró responsable de los delitos de homicidio agravado, homicidio en persona protegida, desaparición forzada agravada, desplazamiento forzado, tortura en persona protegida, entre otros. (EFE)



CONDENADO FUE HALLADO CULPABLE DE MÚLTIPLES DELITOS.

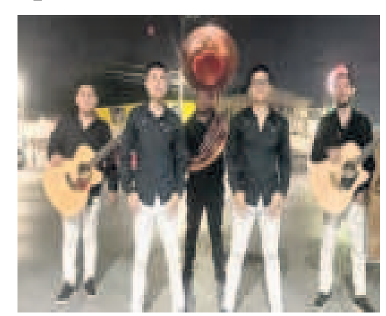
## EN CORTO

### CONDENAN A MADRE QUE VENDIÓ A SU HIJA

**PRETORIA.** Un tribunal sudafricano condenó a una madre a cadena perpetua por secuestrar y vender a su hija de seis años, en un caso que conmocionó al país. Racquel Smith y otros dos acusados fueron condenados a la pena máxima de cadena perpetua por tráfico de personas y a diez años por secuestro, dictaminó el juez de dicho país, Nathan Erasmus. Además, la madre fue declarada culpable por haber secuestrado y vendido a su hija aparentemente por 1.100 dólares. (CNN)

ORQUESTA DESAPARECIÓ EL DOMINGO EN MÉXICO

# Hallan cinco cadáveres, que serían de músicos



LOS DESAPARECIDOS PERTENECÍAN A LA ORQUESTA LLAMADA FUGITIVOS.

**TAMAULIPAS.** Autoridades mexicanas reportaron el hallazgo de cinco cadáveres que se presume pertenecen a los integrantes de un grupo musical, cuyo paradero se desconocía desde el domingo, informó el gobierno del estado de Tamaulipas.

“Las investigaciones condujeron a una zona donde se localizaron cinco cuerpos sin vida, que por las características preliminares pudieran corresponder” a los integrantes del grupo musical Fugitivo, detalló la Vocería de Seguridad estatal en un mensaje en sus redes sociales.

Los músicos desaparecidos eran cinco hombres, de entre 20 y 40 años, a quienes se vio por última vez el pasado domingo. (AFP)

DILBERT AGUILAR

# SU ESPOSA EXPLOTA POR LA "ÑAÑITA"



PORTOCARRERO Y AGUILAR GRABARON UN VIDEO PARA TIKTOK.

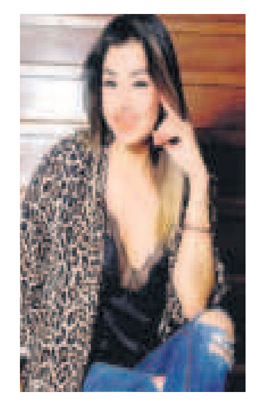
✚ Jazmín Gutarra critica duramente encuentro entre cantante y modelo. ✚ "Me siento burlada como mujer, es una falta de respeto", protestó.

*Omar Lozano*

¡Indignada con modelo! La esposa del conocido cantante Dilbert Aguilar, Jazmín Gutarra, mostró su indignación luego de enterarse de que su esposo grabó una colaboración con Claudia Portocarrero, con quien mantuvo una relación de 12 años.

El inesperado reencuentro entre el cumbiambero y la iquiteña fue difundido como parte de la promoción del nuevo podcast que conduce la "Ñañita".

"No lo sabía. Si me lo hubiese comentado, le hubiese dicho: 'oye, me incomoda, porque tú sabes las cosas que han pasado, tú sabes las mentiras que han salido a decir'. Pero yo me he quedado callada, sin mostrar pruebas por él. Es una falta de respeto lo que ellos me están haciendo a mí, me siento burlada", dijo en América Hoy.



### NO CONFÍA EN LA "ÑAÑITA"

Además, Jazmín Gutarra dejó entrever que la actitud de Claudia Portocarrero no es inocente y que, en el pasado, habría intentado interferir en su matrimonio con Aguilar.

"No voy a contestar eso (que Claudia quiso meterse en la relación). ¿Para qué? Eso es darle más color a una persona que lo único que está buscando es querer verme mal y no lo va a lograr. Si en algún momento ella me lastimó con mentiras, porque pruebas tengo y puedo desenmascarar, yo prefiero quedarme callada. Que Dios haga lo que tenga que hacer. Maldad no tengo. Sé qué tarde o temprano se va a saber la verdad", dijo la esposa de Dilbert.

### "Que venga lo que venga"

Dilbert Aguilar salió al frente de las fuertes acusaciones de su esposa. "Yo lo tomo de la mejor forma, no hay problema. La gente tiene derecho a hablar lo que quiere, no voy a reclamar nada ni voy a juzgar a nadie. Que venga lo que venga", sostuvo.

MILETT FIGUEROA

# ASEGURAN QUE TERMINÓ CON MARCELO TINELLI

✚ Modelo está en Perú hace varias semanas.

INSTAGRAM

¿Se acabó el amor? Milett Figueroa y Marcelo Tinelli están involucrados en nuevos rumores de separación, debido a que ambos ya no se muestran juntos en redes sociales.

Además, revelaron que la modelo se encuentra desde hace tres semanas aproximadamente en el país.

Además, se evidencia que Tinelli tampoco comparte fotos con la peruana, ya que en su última actualización de las mejores fotos del mes su pareja no aparece.

Se supo que la última vez que el conductor y la modelo compartieron en público fue en abril por el cumpleaños de Marcelo, desde entonces no se les ha visto más.

"La verdad es que hace tiempo que no se dice nada de ellos por acá", expresó el conductor del programa argentino LAM, Santiago Spósato, al programa América Hoy. (O.L.)

ROSSANA FERNÁNDEZ MALDONADO

# FIRME EN EL GRAN CHEF

✚ Actriz se salva de la eliminación de reality.

La actriz Rossana Fernández Maldonado se salvó de la tercera noche de eliminación de El gran chef famosos, extremo, en el que se despidió del concurso Pilar Delgado.



QUIERE LLEGAR A LA FINAL.

"Tengo muchas ganas de llegar a la final, quiero ganar, no es un panorama fácil y me estoy esforzando un montón. Uno nunca sabe lo que te va a tocar preparar. Siento que estoy aprendiendo y definitivamente he mejorado en la cocina", comentó.

Además, la rubia también protagoniza la obra teatral *Querido Van Hansen* en el Teatro Nos. (O.L.)

DARINKA RAMÍREZ

# SUFRIÓ FUERTE DEPRESIÓN TRAS EMBARAZO

*Omar Lozano.*

✚ Influencer contó su drama en el podcast Mamá 24/7 de **el Popular**.

✚ Jefferson Farfán habría censurado a madre de su hija en EVDLV.

¡Pasó malos momentos! Darinka Ramírez estuvo como invitada en la reciente emisión del podcast Mamá 24/7, conducido por Karla Tarazona y que se transmite todos los miércoles en las plataformas digitales de **el Popular**.

La madre de la última hija de Farfán contó que se enteró de su embarazo cuando tenía 5 meses y no vivió mucho esa etapa porque su bebé nació a los 8 meses. Lamentablemente, mudarse lejos de su familia tras dar a luz, causó consecuencias.



"Creo que sí (me arrepiento de irme de casa). He debido, al menos el primer año, tener el apoyo porque a mí me dio depresión postparto. Por las noches, cuando estaba sola o no iba el papá, me ponía a llorar sola. (¿Quién fue tu soporte?) La verdad no sé cómo logré sobrellevarlo porque en ese entonces no tenía ayuda psicológica, estaba con mi hija sola, pero al verla a ella, era una calma", manifestó.

"Me duró casi un año la depresión. No sé, igual supe sobrellevarlo, era como una enfermedad. Fue una etapa difícil, sobreviví en el intento. Aquí sigo, esforzándome por ella", agregó la modelo en el podcast.




**LA QUISIERON CENSURAR**

Tras la participación de Ramírez en El valor de la verdad, se reveló que ella iba a sentarse en el sillón rojo hace varias semanas, pero la popular Foquita habría impedido que la madre de su hijo saliera al aire.

"Se iba a presentar hace bastante tiempo ya. Lo que sabemos es que el propio Jefferson habría, de alguna maneraa, vetado esa presentación, porque tenía el mismo auspiciador que tiene El valor de la verdad", reveló Magaly Medina en su programa de ATV.

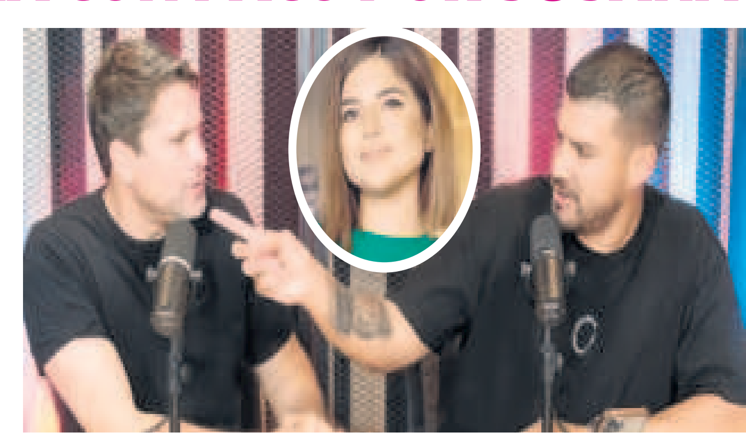
## Lo critica como padre

Darinka Ramírez también le reveló a Karla Tarazona lo que piensa sobre Jefferson Farfán y su labor como padre de su hija. "Cuando uno ama realmente lo demuestra, pero ya ahí solo lo dejo, porque en algún momento lo verá mi hija", manifestó.

ERICK DELGADO

# SE PELEA CON PACO POR SUSANA

✚ Ex arquero dice que romance de conductor con la cumbiambera lo tiene distraído.



¿Se acabó la amistad? Erick Delgado y Paco Bazán vivieron un momento de tensión que quedó en evidencia ante cámaras, durante su participación en su canal de YouTube Ni loco ni santo.

El malestar entre ambos estalló en una reciente transmisión, en la que Delgado mostró su incomodidad con las actitudes de Bazán, por sus repetidas ausencias, según dijo, por sus viajes con su pareja, Susana Alvarado.

## "ES UN HIPÓCRITA"

"Hemos conversado y no ha tenido tiempo de avisarme, pero como socios tenemos responsabilidades y no hay que dejar. Yo también tengo a mi hijo, tengo que ver cosas y, sin embargo, estoy acá, soy responsable", refirió.

Delgado no dudó en cuestionar el cambio que ha tenido el conductor, desde que comenzó su romance con la cantante del grupo Corazón Serrano.

"He notado cosas que no me han gustado a lo largo de estos tres meses. Él lo sabe, porque mi cara no miente. No me parece que haya divos aquí. Todos estamos en la misma situación (...) Es un hipócrita, ahora sí lo digo, madrina (Magaly Medina), tenía razón", agregó. (O.L.)

DELFINA PAREDES

# PRESENTA NUEVA OBRA

El lado más humano del líder rebelde Túpac Amaru II y uno de los episodios más importantes de la historia del Perú llegarán al escenario con la obra teatral *Túpac Amaru Runa*, escrita por la actriz y dramaturga Delfina Paredes.

La pieza teatral, que cuenta con la dirección de Martín Velásquez Marvelat, está ambientada en Cusco de 1774, donde la población indígena sufre los abusos y las injustas obligaciones impuestas por la corona española.

El elenco está compuesto por Iván Chávez y Valeria Arévalo, quienes tendrán los papeles protagónicos de Túpac Amaru y Micaela Bastidas.

La obra se presentará en el Teatro Segura en el centro de Lima el 26, 27 y 28 de junio y el 17, 18 y 19 de julio. (O.L.)


CUENTA HISTORIA DE TÚPAC AMARU.

# INCENDIAN PUERTA DE INSTALACIONES DE CRISTAL

## Zona de MIEDO

**Cuatro sujetos echaron combustible y prendieron fuego a la puerta del club.**

*Carlos Lara Porras*

Imperdonable. Un grupo de vándalos prendieron fuego en la puerta del frontis del predio de Sporting Cristal, la noche del último miércoles, lo que generó alarma en los vecinos.

La eliminación del cuadro rimense de la Copa Libertadores y la posibilidad de no jugar el play-off de la Copa Sudamericana, tras ser goleado 6-0 por Palmeiras, generó la furia de un grupo de presuntos hinchas de Cristal que llegó a la Florida, pasadas las 10:00 p.m. Los sujetos rociaron combustible en la puerta principal del club y prendieron fuego para luego huir.

Los agentes de seguridad del club actuaron inmediatamente y pudieron apagar el fuego. Afortunadamente no hubo daños mayores. Al lugar llegó la Policía para brindar seguridad e inició la revisión de las cámaras de seguridad para identificar a los sujetos y capturarlos.

Hace dos semanas, un grupo de hinchas lanzó pirotécnicos al interior del club, en momentos que entrenaba el primer equipo.

**FILTRAN NÚMEROS TELEFÓNICOS**

Lo que generó preocupación en Sporting Cristal es que en las redes sociales se filtraron los números de los dirigentes y personal administrativo, entre ellos la del propietario y presidente, Joel Raffo.

Los malos resultados del equipo en la Liga 1 y en la Copa Libertadores generaron malestar en la hinchada que responsabiliza al presidente-dueño Joel Raffo, le enrostran que no está identificado con el club y en reiteradas ocasiones, a través de diferentes manifestaciones, le exigieron que venda el club.






## Delgado pide vender el club

Erick Delgado, ex futbolista identificado con Sporting Cristal, sugirió a Joel Raffo, presidente del cuadro rimense, vender el club.

"La gestión está mal y ahí tendríamos que decir si no estás dispuesto a mantener un Cristal peleando los campeonatos, vende el club, hermano, deshazte del club", expresó el Loco en L1 Radio.

"Si no estás dispuesto a invertir lo que invertía Cristal en el 94, 95, 97, mejor vendes el club. Tú me dices que compras el club y al hacerlo te estás adquiriendo un carro de alta gama y me dices que tienes que mantenerlo. Pero si no puedes subensionar el club, entonces tienes que sacarte y vender el club", agregó.

"Yo no estoy de acuerdo con que la gente presione con la venta del club, pero si no tienes cómo, tienes que venderlo", finalizó Delgado.



## Se viene la purga en el equipo rimense

Tras la desastroza campaña en la Copa Libertadores, así como la mala performance en el Torneo Apertura, se viene una purga en el plantel cervecero, pues varios jugadores no estuvieron a la altura.

Gustavo Zevallos, gerente deportivo del club rimense, anunció que se tomarán medidas. "En las próximas horas tomaremos medidas, y con los resultados adversos se hace más agudo. Nos vamos a reunir con el comando técnico para que nos dé un diagnóstico", declaró a RPP.

Trascendió que serían cinco jugadores los que dejarían Cristal.

De otro lado, Zevallos indicó que tras la goleada sufrida ante Palmeiras "nadie ha renunciado" y dejó en claro que Joel Raffo, presidente de Cristal, en ningún momento contempló la posibilidad de vender el club. (C.L.P.)



PAPÁ CLASIFICÓ A OCTAVOS DE LA SUDAMERICANA

# ¡Kausachun Cienciano!

## Con gol de Cueva, imperiales empataron 1-1 con Mineiro en Brasil.

Carlos Lara Porras


CUEVA LE DIO EL EMPATE A CIENCIANO.

**BELO HORIZONTE.** Orgullo del Perú. Cienciano hizo historia y dejó en alto al fútbol peruano al empatar 1-1 con el Atlético Mineiro en el MRV Arena de Belo Horizonte, con lo que clasificó directamente a los octavos de final de la Copa Sudamericana.

El Papá sorprendió al jugar sin complejos, salió a proponer, lejos de aquel libreto de otros equipos que salen a defenderse, y complicó por momentos al Gallo que en el papel se presentaba como favorito.

El partido fue equilibrado y el cuadro brasileño tuvo algunas aproximaciones sobre el arco de Barrios que estuvo atento.

El Gallo se pondría en ventaja a través de la pelota detenida. Lyanco (43') conectó de cabeza, tras un tiro de esquina, y se encargó de poner en ventaja a Mineiro.

Cienciano asimiló el golpe y cuando expiraba la primera parte Cueva hizo honor a su apelativo de Aladino, pues apeló a la individual y generó un penal que él mismo se encargó de transformar en gol para poner el empate.

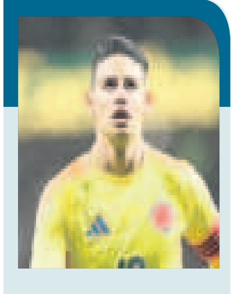
En el complemento, el cotejo mantuvo el mismo trámite, donde el golero Volado, quien reemplazó a Barrios por lesión, estuvo a la altura, así como toda la defensa cusqueña que supo resistir el asedio brasileño.

Cerca del final, Gentile (88') desaprovechó la ocasión de sentenciar el encuentro para el Papá, pero cuando estaba a punto de jalar el gatillo fue bloqueado por un rival.

Los minutos finales, el cuadro inca se mostró concentrado para poder contener los avances del rival y mantener el 1-1.

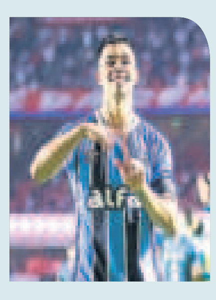
Cienciano culminó la primera fase de la Copa Sudamericana al terminar en el primer lugar del grupo G de manera invicta al sumar 10 puntos y clasificar de manera directa a los octavos de final. En tanto, Mineiro, segundo con 9 unidades, jugará el play-off.

Lo celebra todo el Perú y el Cusco... ¡Kausachun Cienciano!



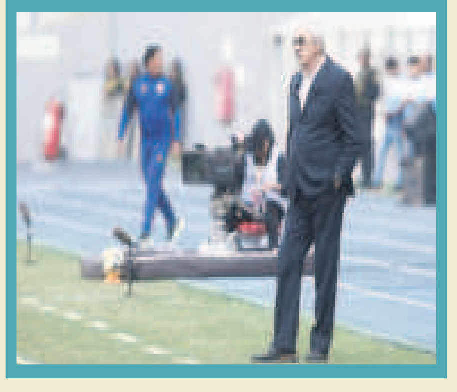
## Con James a la cabeza

**BOGOTÁ.** James Rodríguez encabeza la lista de 26 jugadores de la selección colombiana que convocó el entrenador Néstor Lorenzo para enfrentar a Perú y Argentina, por las eliminatorias el 6 y 10 de junio, respectivamente. Desde mañana el cuadro cafetero se concentrará en Barranquilla.



## Alianza ante Gremio

Gremio de Porto Alegre será el rival de Alianza Lima en los play-off de la Copa Sudamericana. Al quedar como el octavo tercero de la Libertadores, Alianza chocará con el equipo brasileño, el mejor segundo de la Sudamericana. El partido de ida sería el 16 de julio y la vuelta el 23.



ACLARARÁ COSAS CON FERRARI

# Fossati renunciaría

Tras clasificar a los octavos de final de la Copa Libertadores con Universitario dejó entrever la posibilidad de dejar Universitario, debido al enfrentamiento que tuvo la barra con los jugadores, tras la derrota ante Alianza Atlético por el Torneo Apertura.

"Pasaron cosas, hubo un partido en donde se dio una reacción de un grupito de hinchas contra familias de los jugadores, que van a determinado lugar del estadio. Eso no es justificable, pero a veces se puede decir es entendible que pase esto siendo bicampeón, yéndole bien en la Libertadores. Acá hay algo que no me cierra, ¿qué está pasando? Esas son las cosas que yo quiero ver, porque para mí no puede pasar ese tipo de cosas", declaró el entrenador uruguayo al programa Las voces del fútbol.

"¿Me olvido? No. Es como olvidarme que en el último minuto contra Independinte del Valle nos anulan un gol", subrayó el entrenador uruguayo.

LO MEJOR DE LA GASTRONOMÍA PERUANA LLEGA CON EL COLECCIONABLE DE EL POPULAR

# Alfajores peruanos: tradición y sabor en cada mordisco



AL FINAL PUEDES AGREGAR COCO RALLADO PARA COMPLEMENTAR EL SABOR.

Alannis Castañeda Saavedra

¿Te animas a probar algo diferente en la cocina? **El Popular** trae para ti la colección ideal: **Cocina como un gran chef**. Una guía práctica con recetas fáciles, sabrosas y llenas del auténtico sabor peruano. Con cada lámina, podrás aprender y disfrutar preparando entradas, fondos y postres para compartir en casa. ¡Renueva tu menú diario y descubre lo divertido que es cocinar!

## DE LA MASA AL RELLENO

Los alfajores son uno de los dulces más ricos y tradicionales de la gastronomía peruana. Estas suaves galletas rellenas de manjarblanco conquistan paladares con su sabor dulce y su textura delicada.

Perfectos para acompañar un café o compartir en cualquier ocasión, los alfajores se han convertido en un símbolo de celebración y alegría en las mesas peruanas. Además, existen muchas variantes con otros sabores que los hacen aún más especiales y únicos.

## Reportero ciudadano

Manda tus denuncias, fotos y videos a nuestro WhatsApp: 941 000 000 y nos encargaremos de darlos a conocer para que las autoridades tomen nota y actúen como corresponde. Somos tu voz ante las injusticias. ¡Confía en tu diario favorito!

APRENDIENDO EN CASA

# Sistema reproductor

## La reproducción humana

La reproducción humana es el proceso por el cual se forma un nuevo ser humano, y ocurre cuando un óvulo de la mujer se une con un espermatozoide del hombre. Este encuentro se llama fecundación y sucede dentro del cuerpo de la mujer, en un lugar llamado trompas de Falopio. Cuando el óvulo y el espermatozoide se unen, forman una nueva célula llamada embrión. El embrión viaja hasta el útero, donde se queda para crecer y desarrollarse durante nueve meses. Con el tiempo, ese embrión se convierte en un bebé. Para que esto ocurra, el cuerpo humano necesita órganos especiales llamados órganos reproductores. En los hombres, los testículos producen espermatozoides, y en las mujeres, los ovarios producen óvulos. Además, las hormonas ayudan a que el cuerpo funcione correctamente durante este proceso.

**EL DATO**
El cigoto se divide y desarrolla a través de la mitosis, formando un nuevo organismo que hereda características físicas de ambos progenitores, por ejemplo, el color de ojos.






## El desarrollo del bebé en el vientre materno

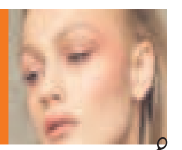
Cuando el óvulo y el espermatozoide se unen, comienza el desarrollo de un bebé en el vientre de la mamá. Primero se forma el embrión, que luego crece rápidamente y se convierte en feto. Poco a poco se desarrollan sus órganos, brazos, piernas, corazón y cerebro. Durante nueve meses, el bebé sigue creciendo protegido dentro del útero materno. Al final, está listo para nacer, respirar, moverse y salir al mundo.

**Cuida tu cuerpo**
Aplicar mascarillas faciales una vez por semana ayuda a nutrir y revitalizar la piel, mejorando su textura y aportando un extra de hidratación o control de grasa según sus ingredientes.



**El dato**
Desmaquillar tu rostro todas las noches evita la aparición de granitos.

**Está de moda**
**Rubor líquido** Cumple con la función de aportar un color natural a las mejillas, logrando un acabado luminoso.



¡AMOR POR EL DENIM! CONSIGUE UNA FIGURA DE ENSUEÑO CON ESTOS MODELOS

# Guía para elegir el jean ideal según tu silueta

✚ Conoce lo último en tendencias de jeans.
✚ ¡Encuentra la solución en este artículo!

*Alannis Castañeda Saavedra.*

¿Cansada de batallar todos los días por conseguir ese par de jeans perfectos? ¡Tranquila! Encontrar el modelo ideal para tu tipo de cuerpo es más fácil de lo que crees. Solo necesitas conocer qué cortes, tiros y estilos favorecen tu figura. ¡Sigue leyendo y descubre cómo elegir el par que te hará sentir cómoda, segura y fabulosa!





LOS JEANS SON PRENDAS VERSÁTILES QUE SE ADAPTAN A CUALQUIER ESTILO Y TIPO DE CUERPO.

### WIDE LEG O BAGGY
Favorece especialmente a los cuerpos con forma de triángulo invertido o rectángulo, ya que añade volumen en la parte inferior y crea una silueta más armónica.



### SKINNY JEANS
Este modelo funciona muy bien en cuerpos tipo reloj de arena, ya que marcan la cintura y acentúan la proporción natural de las curvas.

### BOOTCUT O CORTE BOTA
Los jeans bootcut estilizan las piernas y equilibran las caderas, ideales para cuerpos tipo pera. ¡Fabuloso!

### MOM JEANS
Definen la cintura y suavizan la silueta en cuerpos tipo triángulo o reloj de arena, aportando comodidad.

## Lucir mejor
Ibet Navarro (*)

### ERRORES EN EL MAQUILLAJE DE PIELES MADURAS

Lo más importante es cuidar la belleza natural sin acentuar las líneas de expresión.

Estos son los errores más comunes: aplicar demasiado polvo, que da un aspecto envejecido y seco; ignorar la hidratación y no prepararla bien para suavizar la piel; usar base de cobertura completa, que suele ser demasiado pesada. Otro error es aplicar el rubor en áreas incorrectas, lo que da un efecto envejecido o caído. Descuidar las cejas y no definirlas; aplicar un iluminador muy brillante puede acentuar la textura de la piel y las arrugas. La clave está en lograr un equilibrio que resalte tus rasgos de forma natural y favorecedora.

* Maquilladora
IG: @chinamakeupnt
Teléfono: 984 322 991

COLECCIÓN: 2
## Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud.

### Cuchi canca con chuño rebozado

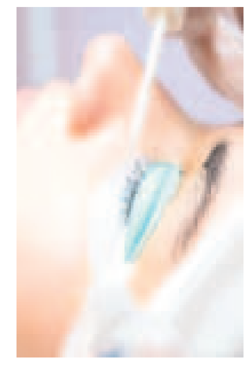
**INGREDIENTES**
- 4 unidades de pan chapla.
- 2 cdas. de ají colorado.
- Una cdta. de ajo.
- 4 filetes de lechón.
- 4 tajadas de queso.
- 3 huevos.
- 1/4 de kg. de papa chuño negro.
- Pimienta, comino y rocoto al gusto.
- Sal yodada con moderación.

**PREPARACIÓN**
Remojar el chuño el día anterior a la preparación. Pelar, desmenuzar, cocer el chuño con agua y sal. Una vez cocido el chuño, rebozar con huevo, queso estrujado y sal; revolver. Poner el lechón en una asadera, sazonar con ají colorado y ajo molido; condimentar con vinagre tinto, pimienta, comino y sal. Llevar al horno a temperatura moderada de 180°C por dos horas. Servir el lechón al horno (cuchi canca), chuño rebozado (chuño papsi) y pan chapla.

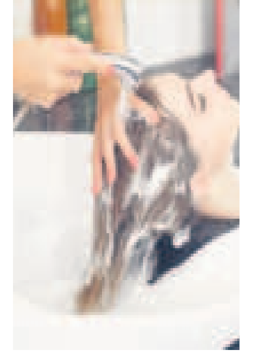
*Secreto del chef*
**Deja macerar el aderezo del cerdo unos diez minutos antes de hornearlo para obtener un resultado más jugoso.**

## TIPS

### 1 ¿QUÉ ES EL LIFTING DE PESTAÑAS?
El lifting de pestañas es un tratamiento que eleva y curva las pestañas naturales desde la raíz, logrando un efecto de mayor longitud en la mirada. Es ideal para quienes buscan un look natural y duradero, ya que sus resultados pueden durar entre 6 y 8 semanas en total.



### 2 LAVA TU CABELLO CON AGUA FRÍA
El agua caliente puede parecer confortable para el cuerpo; sin embargo, en el cabello brinda efectos negativos como la resequedad, la fragilidad y la pérdida de brillo, ya que elimina los aceites naturales que lo protegen, dejando el cabello más vulnerable a daños y con las puntas abiertas.



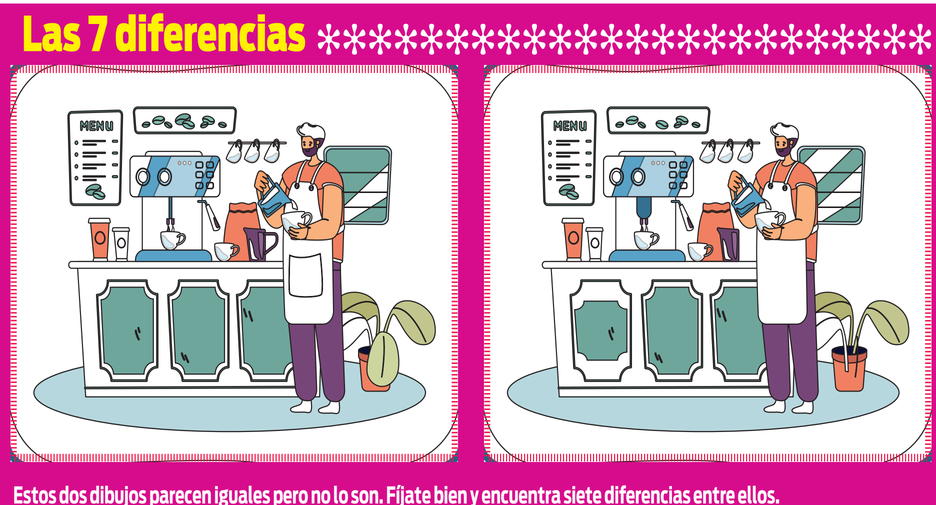
### 3 ELIMINA LOS PUNTOS NEGROS Y ESPINILLAS
Eliminar esas pequeñas imperfecciones de la piel es posible con una rutina adecuada que incluya limpieza profunda, exfoliación regular y productos específicos para controlar el exceso de grasa y prevenir la obstrucción de los poros. Además, es importante mantener una hidratación correcta.



## Gaturro




## Las 7 diferencias




Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

## chiste

**¿Dónde denunciarlo?**
¿Dónde puede uno denunciar a un vecino que cambió su contraseña de Wi-Fi?

## acertijo

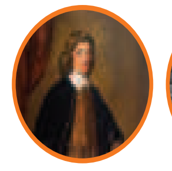
**Cambio de divisas**
El dólar está a 17.25 MXN. ¿Cuánto recibes por $200 USD?

## Sudoku

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 | 5 | 3 | | | 4 | | |
| | 9 | | | 6 | 7 | 8 | | 5 |
| | 7 | | | 4 | | | | 3 |
| | 5 | | | 2 | 3 | 9 | 4 | |
| | 1 | | | | 4 | | 8 | |
| 9 | | 2 | 7 | | | | | 1 |
| 1 | | | | | | 6 | | 8 |
| | 8 | | 6 | 9 | 1 | 3 | | |
| 2 | 6 | | 5 | | | | 7 | |

## ¿Quién lo dijo?

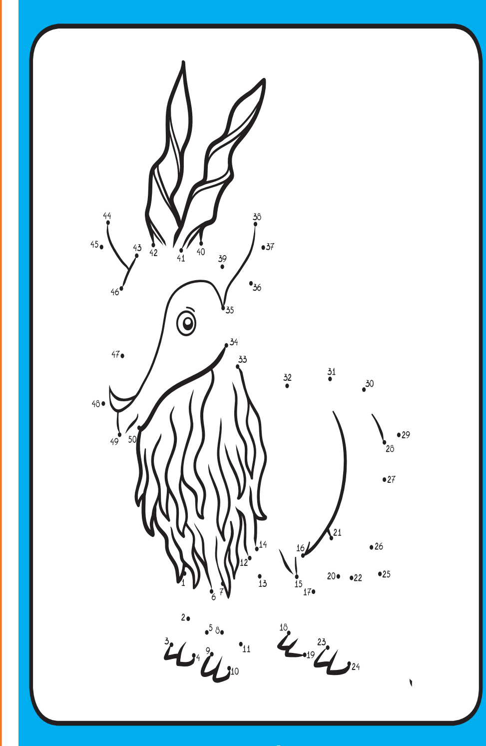
**"Lleva mucho tiempo llegar a ser joven."**


Cecilius Calvert


William Penn


Benjamin Franklin

## A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

## Soluciones de ayer



ANTONI
JOKER NO
OT BAD
RINU IBM
GNARORUA
LE EES HENRY
NOTO B NTEAC
ORROF YILIA
NAO OR NLV
OFENSA EEEPI
ROSARIO OSZKIL
SAOI SACO OL
WTISO EN
AIDASO
DIU UELE
NATHALI

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| U | R | S | M | V | L | C | D | I | P | B | E | M | T | O | J | Z | Q | H | X | W | F | N | Y |
| N | A | D | A | U | W | I | G | P | A | M | G | R | A | F | E | N | O | Z | J | Y | C | R | Q |
| O | V | S | T | Y | L | G | U | N | D | Z | C | R | M | B | X | S | H | P | A | O | E | K | I |
| I | F | V | E | T | G | R | A | F | I | T | O | E | V | S | O | T | S | E | U | P | M | O | C |
| C | U | M | R | R | S | C | B | R | Y | B | E | Z | N | C | P | I | F | D | L | J | H | O | O |
| A | V | G | I | Q | O | V | A | A | S | O | D | U | T | Q | I | K | P | R | N | B | X | T | V |
| G | A | W | A | Z | A | D | H | R | G | F | S | V | R | L | A | T | O | M | O | S | N | C | Q |
| I | R | M | L | O | X | T | E | U | B | F | K | A | M | A | Q | F | B | G | C | E | P | V | U |
| T | I | O | E | O | A | L | O | T | R | O | P | O | S | H | Z | R | W | S | M | F | G | L | A |
| S | O | N | S | N | B | I | P | H | E | T | N | S | V | U | K | Y | D | E | K | A | S | J | N |
| E | S | O | A | F | X | U | V | S | C | M | L | O | O | R | M | D | L | Z | T | O | G | B | L |
| V | K | C | O | P | Z | M | P | A | N | Q | O | D | H | D | V | E | Y | T | N | X | S | S | K |
| N | O | A | H | P | L | G | C | N | Y | Q | U | R | S | C | I | L | R | I | T | E | W | O | F |
| I | I | P | C | F | L | I | O | O | E | B | Q | I | P | M | T | U | L | U | R | V | A | L | P |
| G | Y | A | P | D | M | B | C | R | V | K | F | Z | M | G | S | A | T | V | A | N | X | I | J |
| Y | H | S | B | W | J | B | O | A | M | A | K | Z | H | I | T | P | C | I | C | E | D | D | J |
| Q | N | I | O | E | S | Z | K | Q | C | F | L | W | A | S | C | A | P | H | T | V | S | O | U |
| I | O | J | T | S | M | R | G | W | R | I | Z | E | I | J | P | O | P | Y | K | S | E | S | E |
| V | A | O | I | H | U | F | C | N | D | I | O | R | N | A | W | G | H | Y | Q | E | N | C | U |
| M | P | L | A | I | C | N | E | I | C | O | C | N | P | T | X | Q | J | I | R | N | A | O | K |
| M | W | U | O | A | T | N | E | S | E | R | P | T | E | U | E | P | N | T | Z | L | Y | Q | C |
| R | M | H | K | S | B | E | I | V | L | G | S | O | F | S | J | J | C | O | N | I | E | D | T |
| F | G | U | V | L | R | S | P | W | Z | F | O | R | M | A | M | N | K | E | N | U | S | X | M |
| C | Y | A | L | F | D | B | S | A | C | I | T | C | A | R | P | I | J | A | C | I | N | U | E |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | 6 | 7 | 2 | 4 | 1 | 8 | 5 | 3 |
| 3 | 5 | 2 | 8 | 9 | 6 | 7 | 1 | 4 |
| 1 | 4 | 8 | 3 | 7 | 5 | 9 | 6 | 2 |
| 5 | 7 | 3 | 9 | 2 | 4 | 6 | 8 | 1 |
| 8 | 9 | 4 | 6 | 1 | 3 | 5 | 2 | 7 |
| 2 | 1 | 6 | 7 | 5 | 8 | 4 | 3 | 9 |
| 7 | 2 | 5 | 1 | 6 | 9 | 3 | 4 | 8 |
| 6 | 8 | 1 | 4 | 3 | 7 | 2 | 9 | 5 |
| 4 | 3 | 9 | 5 | 8 | 2 | 1 | 7 | 6 |

**El acertijo:** 0.12 m³
Explicación: 0.5 × 0.4 × 0.6 = 0.12

**¿Quién lo dijo?:**
William Penn.

## Sopa de letras

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| R | J | Z | P | E | S | E | Y | L | O | D | G | A | B | H | Q | K | X | U | M | W | I | T | F |
| E | V | T | X | T | M | T | J | R | H | Q | Z | O | T | N | E | I | M | A | T | A | R | T | C |
| S | L | Y | G | Y | R | N | U | E | M | Z | C | T | E | R | A | P | I | A | X | T | D | S | W |
| T | I | O | G | L | K | E | N | J | V | F | A | K | O | B | Y | C | S | Z | M | C | H | X | U |
| A | Q | G | T | L | E | T | S | F | J | T | L | O | S | N | E | K | V | W | L | Y | Z | P | C |
| B | B | X | G | I | M | S | H | D | A | B | S | W | T | O | P | I | T | A | A | F | A | I | P |
| L | L | R | O | N | O | I | C | N | U | F | N | C | H | L | P | K | V | Y | C | D | X | R | B |
| E | U | F | J | M | W | X | V | C | I | M | A | Q | Z | L | F | E | V | E | E | C | X | H | M |
| C | I | I | Q | S | U | E | E | O | A | K | G | O | D | A | L | L | O | R | R | A | S | E | D |
| E | N | W | G | F | I | L | M | T | X | C | J | Y | T | N | Z | S | V | X | C | G | P | M | N |
| R | D | R | B | L | U | V | E | I | S | Z | D | K | Y | C | J | D | O | S | A | K | C | Z | R |
| J | I | U | W | L | P | R | S | O | G | M | Y | N | T | V | E | B | H | A | M | X | E | V | I |
| U | V | X | A | Z | I | B | P | Q | M | N | O | A | E | F | S | S | F | N | I | J | A | R | H |
| O | I | R | K | A | X | Y | J | S | A | I | D | L | E | A | F | R | N | A | E | D | Q | R | I |
| B | D | N | L | D | E | T | Y | M | C | Q | E | C | I | C | U | R | S | M | N | Z | O | I | V |
| P | U | Q | H | E | S | C | Q | A | U | M | T | R | U | P | N | H | I | U | T | D | V | C | W |
| M | O | Y | O | L | B | A | N | I | E | U | A | J | T | W | H | G | P | H | O | B | A | U | A |
| Q | R | V | X | K | V | I | R | N | O | T | J | M | A | R | C | A | J | E | T | D | R | D | C |
| F | M | E | Y | E | B | I | T | S | I | C | L | P | O | D | O | T | E | M | I | O | Q | O | I |
| Z | R | N | U | M | D | O | A | D | B | X | A | Y | F | K | H | O | Z | L | V | U | W | R | N |
| M | T | N | O | A | S | J | E | G | E | N | E | T | I | C | O | I | O | X | Z | V | P | T | E |
| R | W | C | S | M | C | R | G | Y | N | B | K | S | F | J | Q | B | J | H | K | D | Z | N | G |
| S | E | D | A | D | E | M | R | E | F | N | E | O | V | F | A | Y | U | G | N | X | T | I | V |
| F | J | A | I | H | Y | M | P | C | S | T | R | A | N | S | F | E | R | E | N | C | I | A | G |

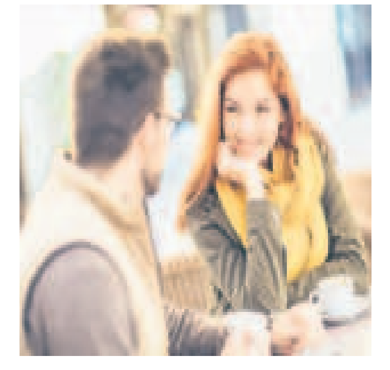
**TERAPIA GÉNICA**

- ABOLIDA
- ACERCAMIENTO
- ADQUIRIDAS
- CELULAR
- CLAVE
- COMBINACIÓN
- DEFECTUOSA
- DESARROLLADO
- ELEMENTOS
- ENFERMEDADES
- EXISTENTE
- FUNCIÓN
- GENÉTICO
- GÉNICA
- HEREDITARIAS
- HUMANAS
- INDIVIDUO
- INTRODUCIR
- MARCAJE
- MATERIAL
- MÉTODO
- NUEVA
- RESTABLECER
- TERAPIA
- TIPO
- TRANSFERENCIA
- TRATAMIENTO
- TRES

## Consultorio sentimental

### Me enamoré del primo de mi ex pareja

**CLAUDIA (26).** Doctora Cora, estoy saliendo con el primo de mi ex enamorado y no sé si lo que estoy haciendo está bien. Todo empezó como una amistad, pero con el tiempo nos fuimos acercando y los sentimientos surgieron. Me trata con cariño, me respeta y me hace sentir valorada, algo que no viví en mi relación anterior. Sin embargo, me preocupa lo que puedan pensar los demás, especialmente mi ex y su familia. No quiero que esto parezca una venganza o una provocación, porque no lo es. Me siento feliz, pero a la vez me invade la culpa. A veces me pregunto si estoy rompiendo algún código no escrito. Él dice que no le debe nada a su primo, pero yo siento incomodidad.



**RESPUESTA**

Querida Claudia, el amor a veces llega en formas inesperadas y no siempre encaja en lo que otros consideran "correcto". Lo importante es que tus intenciones sean claras y honestas. Si ambos se sienten bien juntos y hay respeto mutuo, merecen darse la oportunidad. No vivas para complacer expectativas ajenas. Suerte.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

## ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 4450340/4728244
www.jhansandoval.com



**ARIES: 21 mar. 20 abr.**
Sé paciente y espera. Es posible que algunas de las gestiones que realices demanden más tiempo del pensado. Te alejas de personas negativas, todo a tu alrededor empezará a ser más armonioso.

**TAURO: 21 abr. 21 may.**
Podría estresarte la exigencia de un superior. Confía en ti y lograrás satisfacer sus expectativas. Luego de un período de distancias e inestabilidad, vuelve la armonía a tu vida sentimental.

**GÉMINIS: 22 may. 21 jun.**
Una persona paciente y de experiencia te ayudará a resolver un asunto que venía complicándote. Un familiar con el que tuviste diferencias se acercará con la intención de disculparse.

**CÁNCER: 22 jun. 22 jul.**
Organízate y no trates de resolver todo a la vez, la recarga solo te generaría estrés y complicaciones. No idealices a esa persona y trata de conocerla en su real dimensión, será lo mejor.

**LEO: 23 jul. 23 ago.**
Podrías darle la espalda a un compañero por algún mal entendido, concilia y no generes divisiones. Superas las dudas y toma la decisión de escribirle a esa persona. No la pierdas por orgullo.

**VIRGO: 24 ago. 23 set.**
Una persona algo indiscreta te contará sobre las constantes tensiones entre tus superiores y compañeros. No hagas ningún comentario, pues lo que digas será tergiversado y aumentado.

**LIBRA: 24 set. 23 oct.**
Tu agenda laboral requiere el máximo de disciplina, no te distraigas y podrás resolver todo lo pendiente. Un familiar ha notado un cambio en tu actitud. Se acercará y deseará escucharte, confía.

**ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.**
Tendrás en claro cómo ejecutar tu labor, la eficiencia te permitirá ganar tiempo y lograr excelentes resultados. No pierdas la paciencia con tus seres queridos, de ti depende mantener la armonía.

**SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.**
Tendrás que saldar alguna deuda antes de iniciar ese proyecto o inversión que deseas concretar. No te precipites. Esa persona que te interesa es insegura. Ve lento y gánate su confianza.

**CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.**
Recibes buenas noticias respecto a gestiones que parecían complicarse, volverá la tranquilidad. Podrías dar tu palabra a una amistad en asuntos que luego no podrás cumplir, cuidado.

**ACUARIO: 21 ene. 19 feb.**
Se presentará un imprevisto laboral, pero gracias a tu rapidez y buena gestión, todo estará bajo control. No permitas que asuntos sin importancia le resten armonía y tranquilidad a tu hogar.

**PISCIS: 20 feb. 20 mar.**
Organiza bien tus gastos, es posible que hagas planes con un dinero que aún no llegará a tus manos. Cancelarás actividades personales para dedicarle tiempo a un familiar que te necesita.




ACIDO LISERGICO · DIOS DEL AMOR ROMANO · DINASTIA REL CHINA · SIRVE PARA ESQUIAR · LA PRIMERA · FLUOR, NITROGENO · LETRAS SUCESIVAS · 18 Y 22 DEL ABECE · ANGEL… MARIA · YUNQUE DE PLATEROS · PUNTO EN EL FUTBOL · PATA · COSTADO FLANCO (PL.) · CENTRO EDUCATIVO · RAFAEL NADAL · ASTRO REY · INSIGNIA EN FORMA DE "T" · LETRAS VECINAS · PAOLO GUERRERO · CHE · TRIBUTO A LOS INDIOS DEL PERU · PARECIDO · MASTICAR POR SEGUNDA VEZ · INTERJECC. ¡ARRIBA! · INSCRIPCION EN LA CRUZ · OSCAR CARDOZO · INTERJECC. TELEFONICA · BAÑO DE VAPOR · PARTE DEL CUERPO · RELIGIOSA · ACUDIR · ALEACION DE COBRE Y CINC · BEBIDA MEDICINAL · AUTOMOVIL · EXISTE · PAR DE ASES · DE (INGL.) · CONSTRUYO EL ARCA · HUGO EL …SOTIL · HORNILLO PORTATIL · HECTAREA (ABREV.) · VOCAL "I" EN PLURAL · …FIERRO …SHARIF · HIERBA (INGL.) · OSMIO · ENTREGAR · NATURAL O HABITANTE DE UNA ALDEA · EMBLEMA · ARMADURA DEFENSIVA · 4 NOTA MUSICAL · FACTOR HEREDITARIO

# LA ÚLTIMA



**BRASILIA.** El zoológico de la ciudad suspendió temporalmente el ingreso al público, luego de detectar dos "casos sospechosos" de aves muertas por gripe aviar, informó el gobierno local.

## Primeras fotografías de esclavos negros

**CAMBRIDGE.** Ciento setenta y cinco años después de que uno de sus profesores obligara a esclavos a ser fotografiados para demostrar una teoría racista, Harvard llegó a un acuerdo con una descendiente para ceder los daguerrotipos a un museo dedicado a la historia de la esclavitud. Tras una demanda interpuesta en 2019 por Tamara Lanier, supuesta descendiente de dos personas fotografiadas, la prestigiosa universidad acordó ceder íntegramente las imágenes, consideradas las primeras fotografías conocidas de personas esclavizadas.

# Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe 2818677 936098953 @perezalbela

## Nutrición viva

A veces, los cambios más sencillos generan los mayores impactos. Muchas personas están descubriendo que adoptar una alimentación basada en alimentos crudos además de mejorar la digestión, también eleva el ánimo, aumenta la energía y contribuye a una salud integral.

Cuando optamos por alimentos "vivos", es decir, sin cocción, estamos consumiendo alimentos con su estructura natural intacta. Esto preserva enzimas, antioxidantes, vitaminas y minerales que suelen degradarse con el calor. Se dice incluso que estas comidas vibran a una frecuencia similar a la del cuerpo humano, lo que facilita su integración sin necesidad de tantos intermediarios como enzimas digestivas o ácidos gástricos.

Beneficios clave de la cocina cruda:

-Más nutrientes disponibles: el cuerpo recibe un suministro directo de vitaminas, minerales y compuestos bioactivos.

-Ahorro en las compras: muchas personas reportan una reducción de hasta 25% en su gasto mensual al priorizar productos frescos y de temporada.

-Apoyo a productores locales: esta alimentación promueve el consumo de frutas, verduras y semillas provenientes de huertos cercanos.

**Un impacto que va más allá del cuerpo**

Adoptar una dieta basada en alimentos crudos también es una elección ecológica. Al reducir el consumo de productos procesados, empaquetados o importados, disminuye la huella de carbono, se generan menos residuos y se consume mucho menos agua. Según estimaciones, una dieta vegetariana y local usa apenas el 10% del agua que demanda la alimentación convencional.

Además, los alimentos frescos, cultivados cerca de casa, no solo nutren mejor: también reconectan con los ciclos de la tierra y la sabiduría de lo simple. Comer crudo es mucho más que una moda: es una forma de volver a lo esencial, cuidando tu salud y la del planeta al mismo tiempo.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 8:30 a.m. por Radio Felicidad
Bien de Salud: www.youtube.com/@BiendeSaludTV